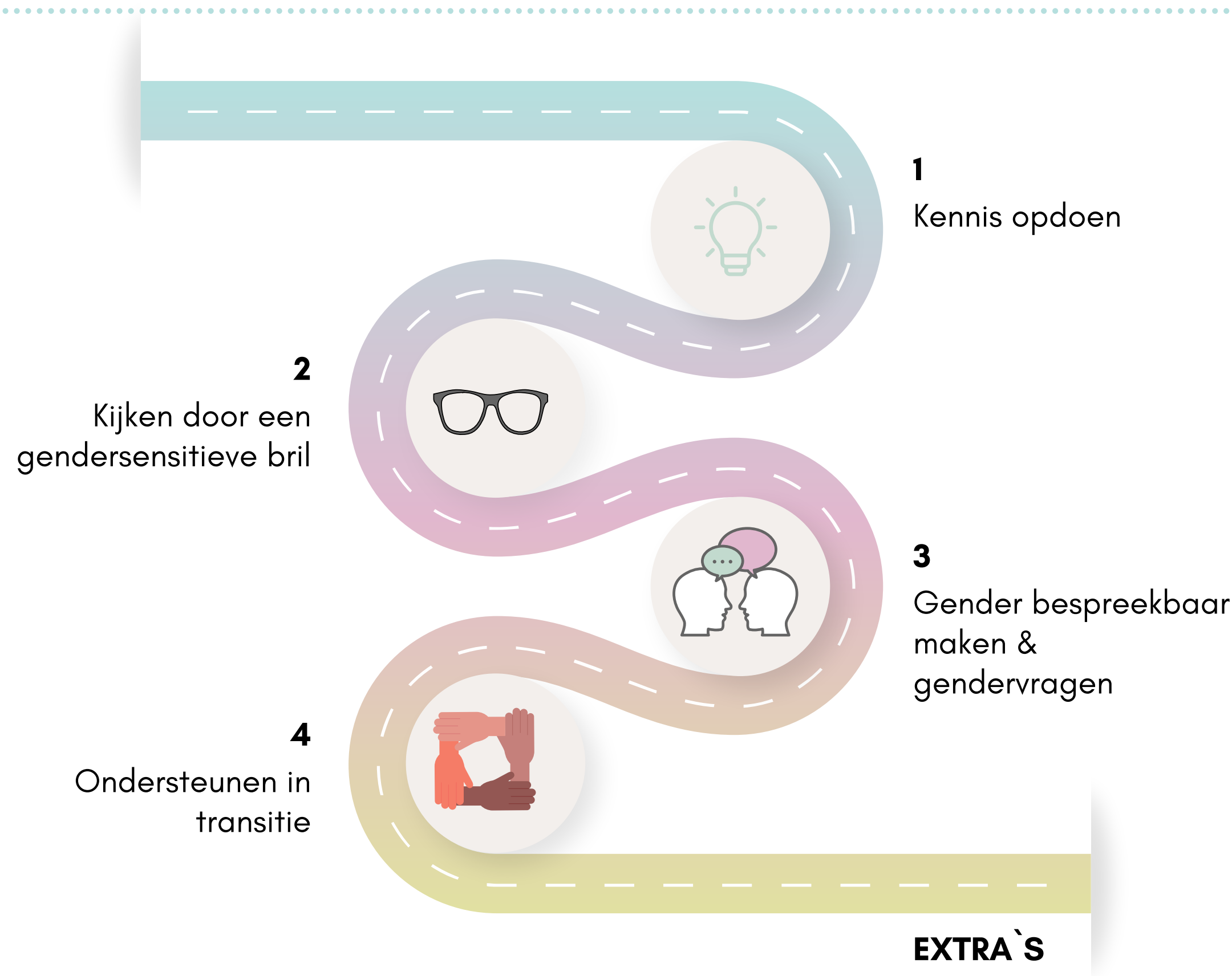


De Gender Reis

Een verzameling van bruikbare informatie rondom het thema genderidentiteit



De Gender Reis

Voorwoord

Meisjes spelen met poppen en jongens met auto's...

Jongens houden van blauw en meisjes van roze....

Iedereen wordt geboren als man of vrouw...

Iedereen voelt zich van binnen hetzelfde als diens lichaam er van buiten uit ziet....

Niets is minder waar!



In Nederland identificeert naar schatting ongeveer 3,9% van de bevolking zich niet met diens geboortegeslacht (Kuypers, 2017). Dit leidt tot ingewikkelde vragen over identiteit; 'wie ben ik eigenlijk', maar ook 'wat zouden anderen daarvan vinden'. Vragen, waarbij ondersteuning, erkenning en ook herkenning van grote meerwaarde zijn. Binnen ASVZ, de opdrachtgever voor de ontwikkeling van dit product, spelen deze vragen, maar ook in de bredere keten van hulpverlening zoals bij huisartsen, GGD's, scholen en GGZ-instellingen worden deze vragen gemerkt.

De Gender Reis is een antwoord op de vraag van cliënten en hulpverleners naar duidelijke, bruikbare en toegankelijke informatie rondom het thema gender en het begeleiden van cliënten tijdens elke fase van hun reis. In deze Reis worden algemene begrippen uitgelegd en wordt bruikbare informatie rondom het onderwerp gender geordend, zodat je goed kunt aansluiten bij de behoefte van je cliënt, afhankelijk van diens vraag. Denk hierbij aan informatie over het leggen van contact met ervaringsgenoten, maar ook aan informatie die je als hulpverlener kan helpen om gendersensitief te werk te gaan.

De Gender Reis is bruikbaar voor alle ketenpartners; van begeleiders in de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking, tot ouders, scholen, huisartsen en andere behandelaren.

De samenstellers van de Gender Reis pretenderen niet volledig te zijn. Een reis is namelijk voor iedereen anders en kan een verschillend startpunt en ook een verschillend eindpunt hebben. Daarnaast is en wordt er nog steeds veel informatie ontwikkeld en gepubliceerd. Dit product moet worden gezien als een mooie eerste stap in de ondersteuning om vervolgens met de gevonden antwoorden verder te kunnen reizen.

Een goede reis!

De Gender Reis

Inhoud

1

Kennis opdoen

In dit hoofdstuk vind je algemene informatie over het thema genderidentiteit.



P. 1-5

2

Kijken door een gendersensitieve bril

In dit hoofdstuk vind je informatie die je helpt om door een gendersensitieve bril te kijken binnen je werk.

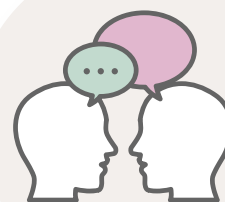


P. 6-8

3

Gender bespreekbaar maken & gendervragen

Hier vind je bruikbare links die je helpen het onderwerp genderidentiteit te bespreken.



P. 9-11

4

Ondersteunen in (de weg naar) transitie

Je vindt in dit hoofdstuk informatie over het verwijzen van cliënten naar passende zorg en informatie over contact met ervaringsgenoten.



P. 12-17

P. 18-19

EXTRA'S

Specifieke informatie over school, sport en VB vind je hier.



STAP 1

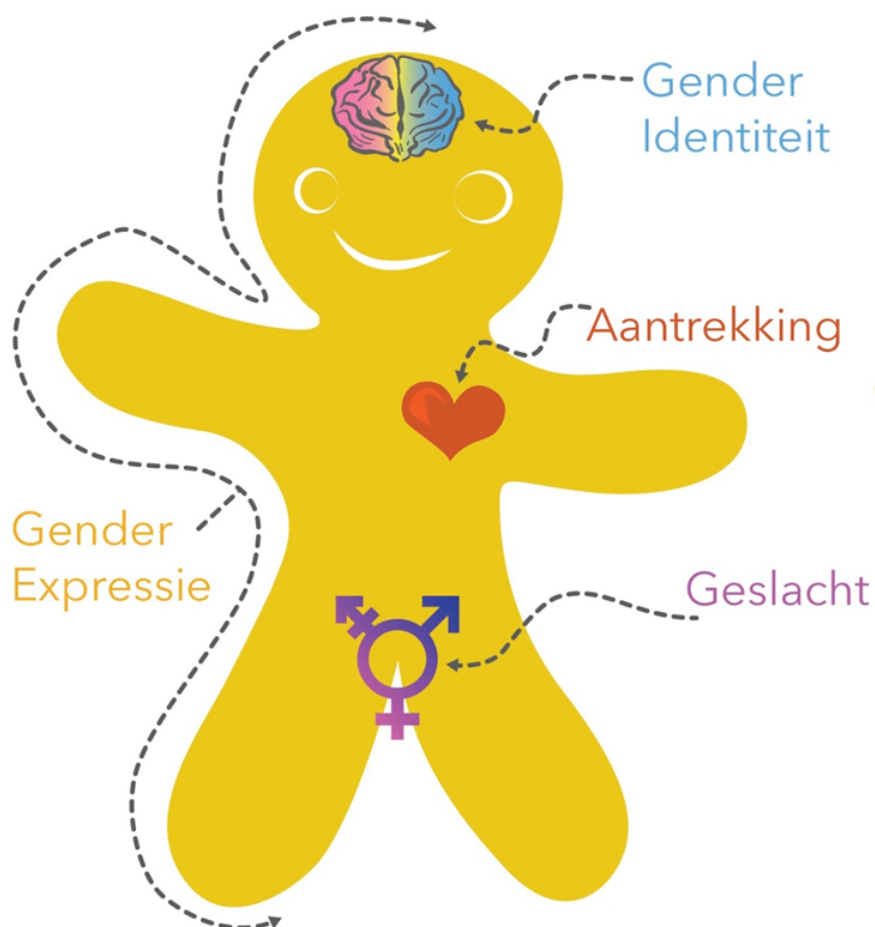
Kennis opdoen

Het is belangrijk om te weten waar we het over hebben als we over gender spreken. We nemen je daarom in deze reis allereerst mee in algemene informatie over het onderwerp gender.



STAP 1

Kennis opdoen



Genderidentiteit

De genderidentiteit is hoe iemand zich diep van binnen voelt over zichzelf. Mensen waarbij hun gevoel overeen komt met het biologische geslacht noemen we cisgender personen. Als dit niet het geval is, wordt vaak de paraplueterm 'transgender' gebruikt.

Genderexpressie

Genderexpressie omvat de manier waarop een persoon zichzelf naar de buitenwereld presenteert. Denk hierbij aan kleding, haar, sociale rol, spelvoorkeur etc.

Biologisch geslacht

Het biologische geslacht betreft het geslacht dat is toegewezen bij de geboorte. Dit wordt bepaald op basis van de fysieke kenmerken van een persoon.

Aantrekking

De fysieke en emotionele aantrekking gaat over tot wie een persoon zich seksueel en emotioneel aangetrokken voelt. Dit is dus iets anders dan iemands genderidentiteit.



Wil je graag meer uitleg over de genderkoek? Klik dan op het uitroepteken voor een illustratief filmpje.



STAP 1

Kennis opdoen



Genderdysforie

Bij de meeste mensen is er nooit een moment van twijfel; je bent een jongen of een meisje. Maar wat als iemand zich niet zo voelt of last ervaart van het toegewezen geslacht en de aspecten die daarbij komen kijken? Er kan dan sprake zijn van genderdysforie. We spreken van genderdysforie als de ervaren genderidentiteit niet overeen komt met het biologische geslacht en een persoon hier een duidelijke lijdensdruk van ervaart.

Genderwoordenlijst

Het is begrijpelijk dat je als begeleider of sociaal werker niet bekend met de termen die worden gebruikt door en over transgender personen. woorden. Als je op het wolkje klikt, vind je daarom een uitgebreid woordenboek die je kunt gebruiken.





STAP 1

Kennis opdoen

We kunnen ons voorstellen dat het moeilijk is om correcte en duidelijke informatie te vinden rondom het thema gender. We hebben daarom een aantal betrouwbare en handige websites op een rij gezet, zodat je je kunt verdiepen in het onderwerp gender. Klik op de afbeeldingen om naar de site te gaan.



Iedereen is anders

Je vindt hier een website met veel algemene informatie over gender en seksualiteit. Deze informatie is geschikt voor jongeren en hun ouders of begeleiders. De informatie wordt ondersteund met ervaringsverhalen en tips.



Transgenderinfo Nederland

Hier vind je algemene informatie over het onderwerp gender en thema's die hieraan verbonden zijn, zoals familie, media en cultuur. Ook kun je via deze website praktische informatie vinden.



Belangenorganisatie Transvisie

Transvisie is een belangen organisatie voor mensen met vragen rondom genderidentiteit en de mensen om hen heen. Op hun website vind je algemene informatie over verschillende thema's en voor alle leeftijden. Ook vind je hier veel praktische informatie. Transvisie organiseert tevens onderling contact tussen transgender personen en hun naasten.



STAP 1

Kennis opdoen



Transgenderinfo België

Deze belgische website biedt algemene informatie over het onderwerp gender en gaat hierbij in op verschillende thema's, waaronder identiteit, de zorg, het leven en praktische informatie.



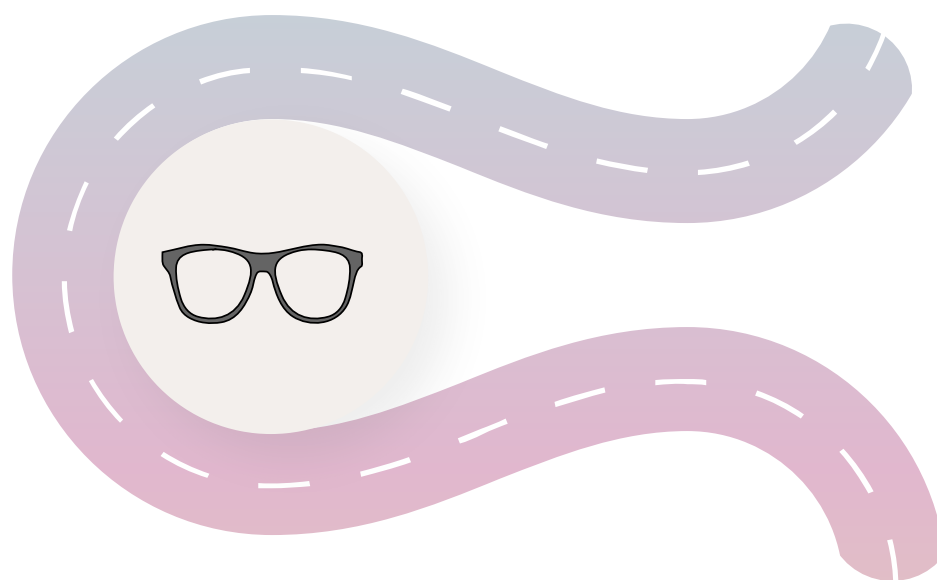
Transgender Netwerk Nederland

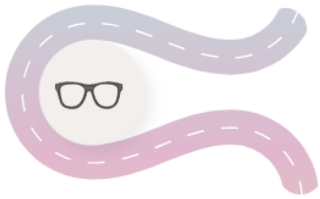
Transgender Netwerk Nederland is een organisatie die zich inzet voor belangenbehartiging van transgenderpersonen. Ze houden zich bezig met politieke discussies, empowerment en emancipatie en helpen transgender personen met elkaar in contact komen. Ze bieden op hun website informatie over verschillende thema's.

Kijken door een gendersensitieve bril betekent bewust zijn van hoe je met een ander inclusief en respectvol communiceert. Dit is nodig om bijvoorbeeld cliënten onvoorwaardelijk te kunnen begeleiden en met een nieuwsgierige, open blik naar de ander te kunnen kijken.

STAP 2

Kijken door een
gendersensitieve bril





STAP 2

Kijken door een gendersensitieve bril

Kijken door een gendersensitieve bril betekent bewust zijn van hoe je met een ander inclusief en respectvol communiceert. Dit is nodig om bijvoorbeeld cliënten onvoorwaardelijk te kunnen begeleiden en met een nieuwsgierige, open blik naar de ander te kunnen kijken. Je vindt hier een aantal links die je hierbij kunnen ondersteunen. Je komt op de juiste site terecht door op de afbeeldingen te klikken.



Door een roze bril kijken

Je vind hier een mooie brochure van movisie die je algemene informatie geeft over LHBTIQ+ en tips aan sociaal werkers biedt om de eigen kracht van cliënten te versterken en hen te ondersteunen.



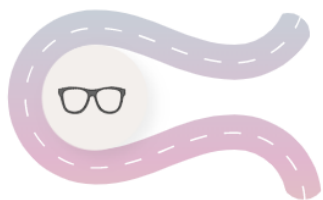
Module Jong en transgender

Movisie heeft ook een mooie **gratis** online module ontwikkeld die geschikt is voor professionals in de jeugdgezondheidszorg, maar door iedereen doorlopen kan worden. In de module wordt uitleg geboden over genderdiversiteit op een praktijkgerichte manier. Er wordt gebruik gemaakt van theorie en ervaringsverhalen om je handvatten te bieden in het contact met jongeren die vragen hebben over hun genderidentiteit



Instrumentenbox begeleiden zonder stempel

Via deze link vind je een mooie instrumentenbox die je informatie biedt over mensen met een LVB en LHBTIQ+ gevoelens en hoe je hen het beste kunt begeleiden. De instrumentenbox helpt je ontdekken waar je eigen normen en waarden liggen en helpt je de behoeften van je cliënt te begrijpen. Ook bestaat de instrumentenbox uit tal van handige websites.



STAP 2

Kijken door een
gendersensitieve bril



Een transgendervriendelijke werkvloer

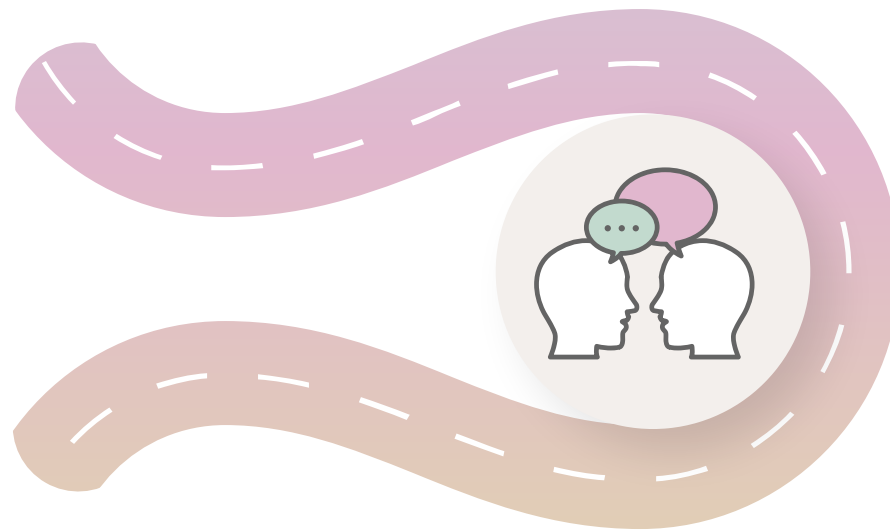
Wil je weten hoe je als organisatie ervoor kunt zorgen dat je werkvloer transgendervriendelijk is, dan is deze brochure van TNN een aanrader! Je vindt hier aanbevelingen voor beleid om invloed uit te oefenen op het verminderen van onbewuste vooroordelen op de werktevredenheid van transgender werknemers.



Regenboog taaltips

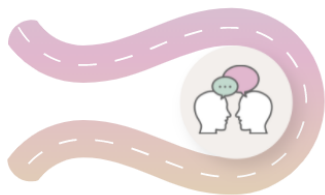
Hier vind je een mooie handreiking met tips voor respectvolle en inclusieve communicatie, ontwikkeld door de gemeente Amsterdam in samenwerking met movisie. Je leert zo op een respectvolle manier te communiceren, onder andere met en over transgender personen.

Het kan zijn dat je het spannend of lastig vind om het gesprek over gender aan te gaan. Toch is het belangrijk om het onderwerp gender bespreekbaar te maken en vragen over de genderidentiteit te stellen, om zo de ander in staat te stellen om hierover te praten als ze hiermee worstelen.



STAP 3

Gender bespreekbaar
maken &
gendervragen



STAP 3

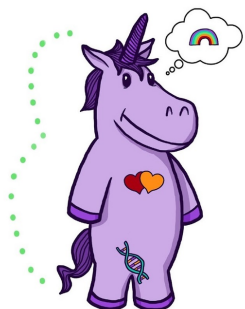
Gender bespreekbaar maken & gendervragen

Gendervragen herkennen en bespreekbaar maken is belangrijk om het taboe hierover te doorbreken en de ander te ondersteunen. Nu je meer kennis hebt opgedaan en ook een beeld hebt bij het kijken door een gendersensitieve bril, ondersteunen onderstaande links (klik op de afbeeldingen) je bij het daadwerkelijk in gesprek gaan over gender.



Gendervonk

Deze website, die ontwikkeld is door het Belgische Transgender Infopunt, is specifiek gericht op het ondersteunen van transgender personen en hun ouders. Je vindt op deze website informatie over het vergroten van veerkracht, een ondersteuningstool voor ouders en ervaringsverhalen. De informatie is handig geordend op verschillende thema's.



De Genderunicorn

Op deze handige website vind je een invulhulp in veel talen voor de genderunicorn. De genderunicorn is een variant op de genderkoek. De uitleg is in het engels.

Tip: met google translate kun je de uitleg vertalen naar het Nederlands of je gebruikt de uitleg bij de genderkoek eerder in deze roadmap!

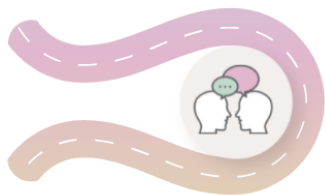


So What the Gaym

Via deze link vind je prachtige spelbox met kaarten met afbeeldingen en richtvragen om het gesprek aan te gaan over thema's als grenzen, jongens/meisjes, omgeving en relaties.



Tip! Neem ook nog eens een kijkje op de sites bij stap 1.



STAP 3

Gender bespreekbaar maken & gendervragen

Naast de hierboven omschreven websites zijn er ook een aantal prachtige **boeken** geschreven die je kunnen helpen het gesprek aan te gaan over gender en waarin je ervaringsverhalen kunt vinden die de ander kunnen helpen de eigen genderzoektocht beter te begrijpen. Klik op het betreffende boek om op de bestelsite te komen.



De genderzoektocht

Een gids voor tieners en jongvolwassenen die hun genderidentiteit willen verkennen. Voor de LVB-populatie kunnen onderdelen van de gids door begeleiders geselecteerd en vereenvoudigd worden om toch het gesprek aan te gaan.



Het transgenderboek

Een uniek boek met uiteenlopende levensverhalen van transgenderpersonen, gevolgd door algemene uitleg van deskundigen over de onderwerpen die aan bod komen in de verhalen.



FAQ Gender

Een mooi boek met veelgestelde vragen en antwoorden over gender, geschreven op basis van eigen ervaringen.



Hoe is het om transgender te zijn

Een beknopt boekje met uitleg over hoe het is om transgender te zijn, geschikt voor kinderen en jongeren. In het boekje worden op thema's als familie, vriendschappen en de transitie ingegaan.



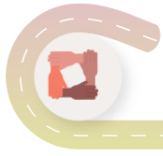
Het mooiste dat je kunt worden is jezelf

Een mooi boek, gevuld met ervaringsverhalen en tips van ouders en transgender kinderen en jongeren.

In je werk als hulpverlener kom je waarschijnlijk ook mensen tegen die aan het begin van hun transitie staan of in transitie zijn. Ook voor hen is het erg belangrijk dat je goed aansluit bij hun behoeften en met ze kunt meedenken in hun transitie.

4
Ondersteunen in
(de weg naar)
transitie



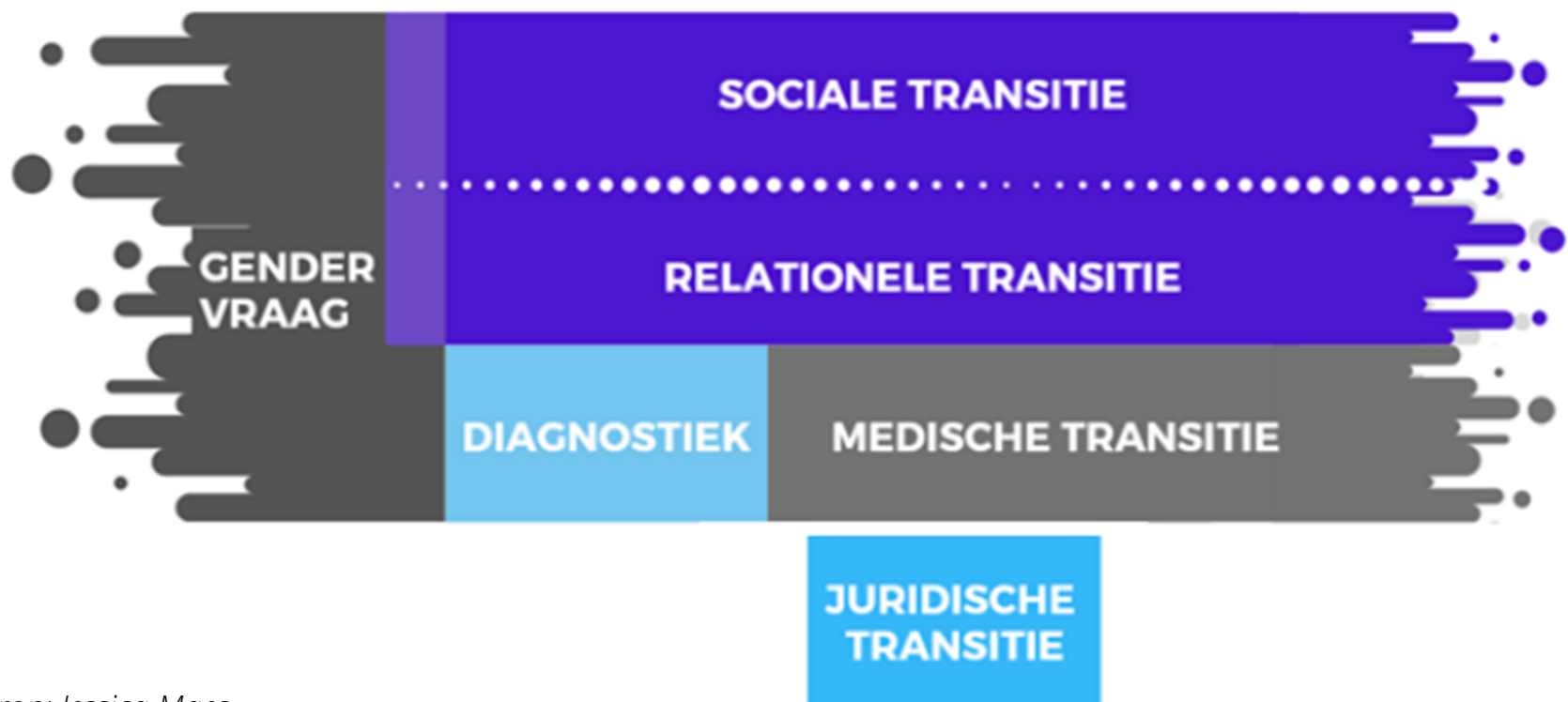


STAP 4

Ondersteunen in (de weg naar) transitie

Wanneer je een cliënt leert kennen die een gendervraag heeft en graag stappen wil zetten in de transitie, kan het moeilijk zijn om te weten hoe je je cliënt verder kunt helpen naar de juiste zorg en ondertussen kunt ondersteunen in diens transitie. We leggen je hier eerst uit hoe een gendertransitie eruit kan zien.

De gendertransitie



Bron: Jessica Maes

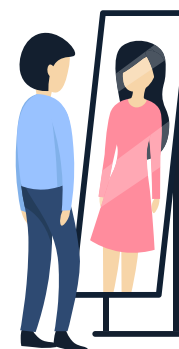


STAP 4

Ondersteunen in (de weg naar) transitie

Sociale transitie

De sociale transitie zijn de stappen naar het leven in je wensgeslacht. Dat betekent onder andere dat je de mensen om je heen vertelt dat je veranderingen zult ondergaan. Ook ga je in deze periode experimenteren met je uiterlijk, kleding, naam en aanspreekvorm.



Relationele transitie

De sociale en relationele transitie overlappen elkaar. De relationele transitie betekent dat je relatie met je ouders of vrienden veranderen en je omgeving zich gaat instellen op je transitie. Dit kan soms voor je omgeving wat tijd nodig hebben.



Medische transitie

De medische transitie bestaat uit een aantal fases, waarvan de eerste diagnostiek is. Als er genderdysforie vast wordt gesteld en voldaan wordt aan bepaalde voorwaarden, is er onder andere hormonale behandeling en later operaties mogelijk. Ook kan er worden gedacht aan bijv. logopedie.



Juridische transitie

De juridische transitie is de mogelijkheid om je naam en geslacht aan te laten passen op je officiële documenten, zoals je ID-kaart en paspoort.





STAP 4

Ondersteunen in (de weg naar) transitie

Nu je een beter beeld hebt van wat de verschillende transitie inhoudt, kunnen de onderstaande link je ondersteunen bij het verwijzen naar de juiste hulp. De daaropvolgende link biedt mensen in transitie hulp bij comfortabele onderkleding. Klik weer op de afbeeldingen om op de website te komen.



Transgender wegwijzer

Op deze website vind je een kaart van Nederland waarop je kunt zien waar verschillende organisaties zijn die op verschillende manieren kunnen ondersteunen bij gendervragen en in de transitie



Het is belangrijk om te weten dat er verschillende soorten hulp zijn voor mensen die vragen hebben over hun genderidentiteit, aansluiten bij de verschillende onderdelen in de transitie. Zo zijn er ontmoetingsgroepen en coaches. Er zijn ook organisaties waar je voor psychische hulp terecht kunt en organisaties waar je zowel voor psychische hulp als medische hulp terecht kunt. Kijk dus goed met je cliënt welke hulp diegene nodig heeft.



Transmissie

In de transitie kan iemand veel last hebben van het lichaam, bijvoorbeeld van de borsten of van het ontbreken van een penis. Trans-missie maakt corrigerend ondergoed en badkleding voor mensen die zich willen kleden naar hun genderidentiteit.



STAP 4

Ondersteunen in (de weg naar) transitie

Het kan voor mensen in (de weg naar) transitie fijn zijn om contact te kunnen hebben met **ervaringsgenoten**. Dit zijn mensen die ook transgender zijn of vragen hebben over hun genderidentiteit. Je kunt je cliënt daarom als diegene er behoefte aan heeft, doorverwijzen naar een van de volgende initiatieven. Door te klikken op de afbeelding, kom je op de site terecht.



Transvisie

Transvisie biedt naast een hoop algemene informatie over de transitie ook de mogelijkheid om in contact te komen met ervaringsgenoten in veel verschillende groepen en in een-op-een contact.



Transgender Netwerk Nederland

Ook transgender netwerk nederland houdt zich bezig met het versterken van de banden tussen transgender personen onderling.



COC

Het COC bevindt zich overal in Nederland, dus ook bij jou in de buurt! De COC-verenigingen organiseren voorlichtingen, maar ook sociale activiteiten waar ervaringsgenoten samen kunnen komen.



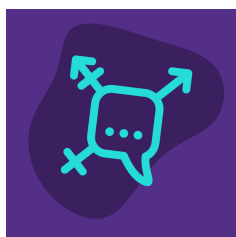
STAP 4

Ondersteunen in (de weg naar) transitie



Jong & out

Jong & Out is een online platform waar LHBTIQ+ jongeren elkaar kunnen ontmoeten. Er worden regionale bijeenkomsten georganiseerd voor jongeren om met ervaringsgenoten in contact te komen.



Genderpraatjes

Genderpraatjes is een jongerenlijn waar jongeren via chat, telefoon of mail terecht kunnen met hun vragen rondom gender en genderidentiteit. Ook ouders zijn welkom met hun vragen!



Tip: betrek ook het netwerk van een cliënt bij het zoeken van contact met ervaringsgenoten. Het kan voor ouders, vrienden, partners en andere betrokkenen vaak ook fijn zijn om contact te hebben met anderen die ook een transgender persoon kennen om zo ervaringen uit te wisselen.



EXTRA School

Wanneer je op een school werkt en je wilt meer aandacht hebben voor het onderwerp gender, of misschien heb je wel een transgender leerling in de klas zitten, dan kunnen de volgende websites (door te klikken op de afbeeldingen) zinvol zijn om eens te bekijken.



Het gender doeboek

Je vind hier drie losse boekjes (één gericht op de directie, één op docenten en een factsheet voor medewerkers) met informatie over hoe je een veilige omgeving kunt creëren voor alle leerlingen, inclusief transgender en genderdiverse leerlingen. Het boek is ontwikkeld door TNN.



Trans@School

Via deze link vind je algemene informatie over gender en wordt er antwoord gegeven op praktische vragen op school. Ook is er aandacht voor welbevinden van genderdiverse leerlingen en voor de transitie. Op deze website worden tips gedeeld voor het vinden van verdere informatie voor school.



Gender in de blender

Gender in de blender is een educatief pakket over genderdiversiteit en transgender dat op scholen kan worden gebruikt. Het helpt jongeren genuanceerd denken over zichzelf en de ander en te stimuleren in een zelfbewuste en respectvolle houding.



Tip: Je kunt deze sites ook gebruiken als woonbegeleider in de (gehandicapte)nzorg om te kijken wat je met een team in een woning kunt doen. Betrek zo nodig de gedragswetenschapper om mee te denken.



EXTRA

Sport, VB en relaties



Transgender en sport

Je vindt hier handige richtlijnen voor verenigingen, bonden en sporters in zowel breedte- als topsport die bijdrage aan de sportparticipatie van transgenderpersonen. De richtlijnen zijn gevuld met praktijkvoorbeelden en links naar verdiepende informatie.



Transgender - Een toegankelijke gids

In deze handige gids vind je in eenvoudige taal met duidelijke plaatjes informatie voor mensen met een verstandelijke beperking die vragen hebben over de genderidentiteit. Er wordt algemene informatie over gender en transitie gegeven en er worden praktische tips gegeven over dingen die je kunt tegenkomen in het dagelijks leven.



Couple Goals - YouTube

Couple Goals is een online serie waarin een Queer stel allerlei onderwerpen bespreken, zoals gender, taal, aanspreekvorm en seksualiteit op een toegankelijke manier.

Bronvermelding

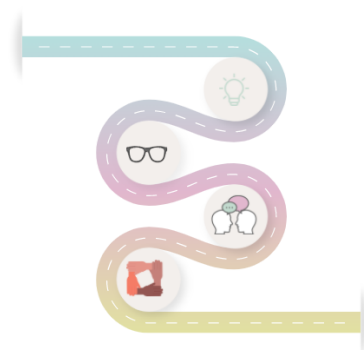
Maes, J., Peters-Scheffer, N., Derks, I., & Stutterheim, S. (2021). *De ondersteuning van transgender personen met een lichtverstandelijke beperking: Een kwalitatieve studie* [Manuscript in voorbereiding].
Faculteit der Sociale wetenschappen, Radboud Universiteit

Keuzenkamp, S. (2012). Worden wie je bent- Het leven van transgenders in Nederland. Den Haag:
Sociaal en Cultureel Planbureau.

Killermann, S. (2016). The genderbread person.

Kuyper, L. (2017). Transgender personen in Nederland.

Transvisie. *Transitie*. Geraadpleegd op 21 januari 2022,
<https://transvisie.nl/transitie/volwassenen/transitie/>





Deze roadmap is ontwikkeld in opdracht van ASVZ als ketenproject binnen de opleiding tot Orthopedagoog-generalist aan Rino Zuid. Deze roadmap is gemaakt door:

Eline Koopmans

Irene Schroots

Melanie Barten

Mutsaersstichting

ASVZ

Dichterbij

Met speciale dank aan Michelle, Therese van den Heuvel, de werkgroep LHBTIQ+, Jessica Maes en Nienke Peters-Scheffers.

